

Preventie in de apotheek

September 2021



Samen werken we aan een *gezonde regio*



Winter op komst? Haal dan snel je griepvaccinatie!

De COVID-19 epidemie maakt het dit jaar extra belangrijk voor risicogroepen om zich te laten vaccineren tegen griep.

Wie adviseer je om zich te laten vaccineren?

- Iedereen vanaf 50 jaar;
- Zwangere vrouwen;
- Chronisch zieken;
- Mensen die in een woonzorgcentrum, psychiatrische instelling voor lang verblijf of instelling voor personen met een beperking opgenomen zijn;
- Iedereen die onder hetzelfde dak woont als deze risicogroepen;
- Iedereen die onder hetzelfde dak woont als kinderen jonger dan 6 maanden;
- Iedereen werkzaam in de gezondheidssector.

Risicogroepen krijgen het griepvaccin voor bijna de helft terugbetaald. Dit jaar komen ook alle 50-plussers in aanmerking voor gedeeltelijke terugbetaling. Het vaccin kost dan ongeveer 4 euro. Voor mensen in een woonzorgcentrum is het zelfs gratis.



Je krijgt automatisch een preventiepakket toegestuurd.

Download digitale materialen:

- [Download facebook afbeelding](#)
- [Download de afbeelding voor het digitaal scherm in je apotheek](#)
- [Download de video voor het digitaal scherm in je apotheek](#)

1 tot 10 oktober - Tiendaagse geestelijke gezondheid

Tijdens de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid focussen we ons op goed in je vel zitten en psychische kwetsbaarheid beter bespreekbaar maken. Onder het motto 'Samen Veerkrachtig' nodigen we iedereen uit om tussen 1 en 10 oktober actie(s) te organiseren.

Ook jij kan een belangrijke rol spelen (en niet enkel tijdens deze 10 dagen). Mensen komen wel langs om een kort babbeltje te slaan, te vertellen wat hen bezighoudt. Dank je om er te staan met een luisterend oor en begrip.

Wens je iets te ondernemen rond dit thema? Zet een spreuk op je raam. [Of put inspiratie uit de inspiratiegids.](#)

Zet een spreuk op je raam!

- *Het beste medicijn, is 3 x daags een complimentje.*
- *Toon je sterkste kant. Vraag hulp.*
- *Je kwetsbaar durven opstellen? Sterk!*
- *Volg je hart want dat klopt!*
- *Kiezen voor jezelf is rust voor je ziel.*



- *Zorgen moet je DOEN niet MAKEN.*
- *Zorg voor jezelf om voor anderen te kunnen zorgen.*
- *Kijk positief en je ziet beter.*

Bestel je materialen voor de 10-daagse:

- [Bestelformulier 10-daagse](#)

Download digitale materialen:

- [Facebookbanner](#)
- [Wijzig je profielfoto op facebook](#)
- [Instagrampost](#)
- [Emailbanner](#)
- [Informatie over de geluksdriehoek](#)

Samen werken we aan een *gezonde* regio

Oktober: internationale actiemaand borstkanker

De maand oktober is de internationale actiemaand in de strijd tegen borstkanker. Ook de Vlaamse overheid en het Centrum voor Kankeropsporing organiseren elk jaar een campagne om het belang van vroegtijdige opsporing te benadrukken.

Het onderzoek spoort **alle vrouwen van 50 tot en met 69 jaar** ertoe aan om elke twee jaar een screeningsmammografie te laten nemen. Een screeningsmammografie kan afwijkingen in je borsten vroegtijdig opsporen, lang voordat je er zelf iets van merkt.

Borstkanker kan al in een vroeg stadium worden opgespoord. Daardoor is het één van de ziekten die in aanmerking komen voor een bevolkingsonderzoek. Vroege opsporing heeft enkele belangrijke voordelen: doordat de ziekte vroeger wordt vastgesteld, kunnen verwickelingen of een (zwaardere) behandeling worden vermeden en is de kans op volledige genezing groter.



Een nieuwe campagne spoort vrouwen aan om geen excuses meer te zoeken. “Bla bla bla” is de slogan. “Ik doe het later wel. Het is even druk op het werk” is een van die uitvluchten om een onderzoek uit te stellen. **Het blijft een uitdaging om mensen die nooit deelnemen en kwetsbare en moeilijk bereikbare groepen aan te spreken.**

Bestel je materialen voor borstkankerscreening:

- [Ga naar de website](#)

Download digitale materialen:

- [Infociche op maat van apothekers](#)
- [Een kort en iets langer artikel](#) voor nieuwsbrief of facebook
- [Folders ‘En wat doe jij?’](#)
- [Affiches ‘En wat doe jij?’](#)

Het belang van preventie is nog nooit zo duidelijk geweest. Mensen sensibiliseren om gezonde levenskeuzes te maken of om een gezonde leefomgeving te creëren is dan ook een essentiële taak van elke zorgverlener.

Als apotheker geef je spontaan al heel wat preventief gezondheidsadvies aan je patiënten. Met een gemiddelde van honderd patiëntencontacten per dag behoren apothekers tot de zorgverstrekkers in de eerste lijn met het grootst aantal contacten. Het lijkt dan ook logisch om dat netwerk in te schakelen in die belangrijke ziektepreventie en gezondheidsbevordering.

BAF, Logo Oost-Brabant en Logo Zenneland (Lokaal Gezondheidsoverleg) willen je hierbij ondersteunen met informatie en materialen, ontwikkeld door experts op basis van het Vlaamse preventiebeleid.

Logo Oost-Brabant is verantwoordelijk voor de Eerstelijnszones Demerland, Leuven, Leuven Noord, Leuven Zuid, Zuidoost Hageland en hun lokale besturen.

Logo Zenneland is verantwoordelijk voor de Eerstelijnszones AMALO, BraVio, Druivenstreek, Pajottenland, Regio Grimbergen, Zennevallei en hun lokale besturen.

[Visie en missie Vlaamse Logo's.](#)